

La Espirometría, preparación previa

La espirometría es una prueba que mide el estado de salud de sus pulmones y se utiliza para ayudar a diagnosticar y controlar las enfermedades pulmonares. Durante la prueba, deberá expulsar al máximo de aire que tenga en sus pulmones, con la mayor fuerza posible a través de un tubo conectado a un aparato llamado espirómetro. Primero tomará aire profundamente y después soplará fuerte y rápido hasta vaciar completamente los pulmones.

¿Qué preparación requiere?

Antes de la prueba

- **No fumar.**
- **Evitar comidas abundantes:** no es necesario estar en ayunas. Recomendable no comer copiosamente antes de la prueba.
- **Evitar bebidas estimulantes:** 2 horas antes: tipo café, té, cola
- **No realizar ejercicio intenso** las horas previas a la prueba.
- **Llevar ropa cómoda**, que no oprima el pecho.

Medicación

- **Algunos inhaladores hay que suspenderlos antes**, depende del tipo:
 - De corta duración: **6–8 horas antes** (Ventolin)
 - De larga duración: puede ser **12–24 horas antes** (Atrovent y Spiriva)

Otras recomendaciones:

- Si estas resfriado/da o no te encuentras bien, **avisa antes de hacerte la prueba.**
- Tendrás que llevar tu **medicación habitual** por si es necesaria la prueba con broncodilatación.

¿Como se hace?

El profesional le preguntará por su edad, medirá su altura y peso.

La máquina contempla estos factores para calcular si sus resultados son normales o no. También antes de realizar la prueba le preguntaremos, si ha tenido alguna intervención, o un problema de salud reciente. Y si ha tomado a sus inhaladores habituales.

Durante la prueba estará sentado y relajado frente al aparato.

Le taparemos la nariz con ayuda de una pinza nasal. Seguidamente el profesional le iniciará que coja el máximo de aire que pueda a través de la boca y después lo sacará lo más rápido posible, de un solo soplido., hasta quedarse sin aire dentro de los pulmones.

Es necesario repetir esta prueba varias veces, para poder conseguir una correcta realización de la prueba.

El profesional valorará si es necesario realizar la prueba de broncodilatación, si ésta es necesaria le darán un inhalador a través de una cámara inhalatoria y, pasados unos 15-20 minutos le volverán a repetir la espirometría para ver si hay mejoría.

No se podrá hacer la prueba si...

⊘ **Contra indicaciones absolutas (se recomienda no hacer la prueba):**

- **Angina de pecho Inestable o Infarto reciente**
- **Cirugía reciente** (torácica, abdominal o ocular)
- **neumotórax no resuelto**
- **Hemoptisis importante** (tos con sangre sin causa conocida)
- **Aneurisma conocido no controlado** (cerebral, torácico o abdominal)

⚠ **Contra indicaciones relativas (a valorar cada caso):**

- **Infecciones respiratorias recientes** (resfriado, gripe, bronquitis)
- **Dolor torácico o abdominal importante**
- **Hipertensión arterial no controlada**
- **Mareo o dificultad para colaborar**
- **Nauseas o vómitos**
- **Embarazo avanzado**
- **Parálisis facial**
- **Falta de colaboración por parte del paciente**